

GUTE BESSERUNG



# Inhaltsverzeichnis

Willkommen in der Klinik Maria Frieden!.....	3
Die Klinik Maria Frieden: Spezialisten für Geriatrische Rehabilitation .....	5
Spezialisten für Sie: Geriatrische Rehabilitation.....	7
Angekommen: Der erste Tag in der Klinik .....	8
Eingepackt: Das sollten Sie mitbringen.....	9
Auf der Station: Rund um die Uhr gut versorgt .....	10
Medizin: Auf Alterskrankheiten spezialisiert .....	12
Pflege: Therapeutisch-aktivierend in die Selbstständigkeit .....	14
Ergotherapie: Trainieren für den Alltag.....	15
Physiotherapie und Physikalische Therapie: Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer geben Sicherheit.....	17
Neuropsychologie: Aufbautraining fürs Gehirn.....	19
Logopädie/Sprachtherapie: Auch zum Sprechen und Schlucken braucht man Muskeln.....	21
Seelsorge – Auch die Seele will geheilt werden .....	22
Mahlzeiten und Ernährung: Mit Appetit essen .....	23
Der Sozialdienst: Beratung und Begleitung bei weitergehenden Hilfen.....	24
Freie Zeit zum Ausspannen: Neben der Therapie.....	25
Damit Sie zu Hause gut zurecht kommen: Vorbereitung auf die Zeit nach der Rehabilitation.....	26
Hand in Hand mit dem Hausarzt und weiterversorgenden Einrichtungen.....	27
So kommen Sie nach Hause.....	28
Von A–Z: Ihr Wegweiser durch die Klinik Maria Frieden.....	29
Gut vorbereitet: Checkliste für den Koffer .....	37
Anfahrt – Damit Sie den Weg zu uns finden .....	39

Zu Gunsten der besseren Lesbarkeit verzichten wir auf eine Unterscheidung zwischen männlicher und weiblicher Schreibweise.



## Willkommen

in der Klinik Maria Frieden!

Die Klinik Maria Frieden hat sich auf ältere und hochbetagte Patienten spezialisiert.

Die meisten von Ihnen haben eine akute Krankheitsphase mit großen Belastungen hinter sich: Die letzten Tage oder Wochen waren geprägt von der Behandlung im Krankenhaus und der Konzentration auf eine oft schwere Erkrankung.

Von uns als Team für geriatrische Rehabilitation können Sie nun erwarten, dass wir Sie dabei unterstützen, Ihre krankheitsbedingten Einschränkungen zu bewältigen.

Vor Ihnen liegen nun intensive Wochen der Rehabilitation – eine wichtige Zeit, auf die es später im Alltag ankommen wird. Wir helfen Ihnen dabei, Ihre Selbstständigkeit zurück zu gewinnen.

Wir zeigen Ihnen und Ihren Angehörigen, wie Sie mit unserer Unterstützung Schritt für Schritt möglichst viele Aufgaben des täglichen Lebens selbstständig und in gewohnter Umgebung übernehmen können. So können Sie wieder Lebensfreude und Zuversicht gewinnen.

Für uns zählt dabei vor allem, was Sie schon oder noch können und woran wir gemeinsam anknüpfen werden. Wir hoffen und wünschen uns, dass Sie sich viel vorgenommen haben für Ihre Zeit in unserer Klinik Maria Frieden.

Ihre persönlichen Ziele bestimmen den Verlauf und auch den Erfolg der Rehabilitation wesentlich mit: Sei es der Umgang mit dem Rollator, das selbstständige Ankleiden, Duschen, Lesen oder Spazieren gehen – mit den Strategien,



die Sie hier erlernen werden, und mit den Hilfen, die vor Ihrer Entlassung organisiert und aktiviert werden müssen, kommen viele unserer Patienten im gewohnten Umfeld wieder zurecht.

Aber auch wenn Einschränkungen oder Behinderungen zurück bleiben sollten, können wir Ihnen helfen, eine gute Perspektive für die Zeit nach Ihrer Entlassung zu entwickeln und wieder Selbstzufriedenheit und Selbstvertrauen zu finden. Auch das macht den Erfolg einer Rehabilitation aus.

Mit den besten Wünschen für Ihre Zeit in der Klinik Maria Frieden

*B. Elkeles*

Privatdozentin Dr. med. Barbara Elkeles  
(Ärztliche Direktorin/Chefärztin)

*U. Hedding*  
Ursula Hedding  
(Pflegedienstleiterin)

*Chr. Wolters*  
Christoph Wolters  
(Verwaltungsdirektor)

**Zurück in den Alltag –  
Ihr Ziel ist unser Ziel.**

## Die Klinik Maria Frieden

Spezialisten für Geriatrische Rehabilitation

Die Klinik für Geriatrische Rehabilitation Maria Frieden gehört zur St. Franziskus-Stiftung Münster. Das christlich orientierte Leitbild prägt unsere Arbeit. Patienten sollen bei uns Mut und Kraft schöpfen können und Unterstützung bekommen für ein Leben nach oft schwer wiegenden gesundheitlichen Veränderungen. Für den gesamten Behandlungsprozess gilt der Grundsatz: Wir entscheiden nicht über Sie, sondern mit Ihnen.

1994 eröffneten wir nach umfangreichen Renovierungsmaßnahmen die Geriatrische Rehabilitationsklinik Maria Frieden in Telgte an der Stelle eines ehemaligen Krankenhauses. Das Ziel unserer Arbeit: Der wachsenden Zahl älterer Menschen geeignete Angebote zur Rehabilitation machen zu können. Mit 120 Betten für die stationäre Versorgung und einer Tagesklinik ist die Klinik einzigartig in der Region. Pro Jahr behandeln wir etwa 2.000 Menschen. In den meisten Fällen sind Sie bei uns in



der Klinik ganztägig untergebracht. Einige Patienten können wir aber auch in unserer Tagesklinik versorgen – diese sind dann ausschließlich tagsüber hier. Dies kommt vor allem für Patienten in Frage, die in der Nähe der Klinik wohnen, mobil und zu Hause gut versorgt sind.

Wir arbeiten eng mit den Krankenhäusern und anderen Gesundheitseinrichtungen der Region zusammen. Mit ihnen stehen wir im ständigen fachlichen Austausch, stimmen unsere Konzepte aufeinander ab und stellen so für Sie eine bestmögliche Gesamtversorgung auch über die Grenzen unserer Einrichtung hinaus sicher.



Unsere Klinik Maria Frieden ist Mitglied aller wichtigen Fachverbände auf Bundes- und Landesebene und engagiert sich aktiv an deren Weiterentwicklung.

Wir legen Wert auf gut ausgebildete und hoch qualifizierte Mitarbeiter und sichern durch umfangreiche Fortbildungsmaßnahmen deren Kompetenzen und Entwicklung.

Unsere Qualität wird regelmäßig durch uns selbst und durch externe, unabhängige Experten überprüft. So ist sichergestellt, dass Sie bei uns die bestmögliche Behandlung und Versorgung erhalten.



***Das „Tau“ ist der letzte Buchstabe im griechischen Alphabet und hat in der Bibel eine besondere Bedeutung. Der Prophet Ezechiel zeichnete die Stirn der Gläubigen mit einem Taukreuz. Der heilige Franziskus, Gründer des Franziskanerordens, segnete damit Menschen und unterschrieb seine Briefe, um Kraft und Trost zu spenden. Dieses Zeichen wird Ihnen bei uns immer wieder begegnen – unter anderem auf den Namensschildern unserer Mitarbeiter.***



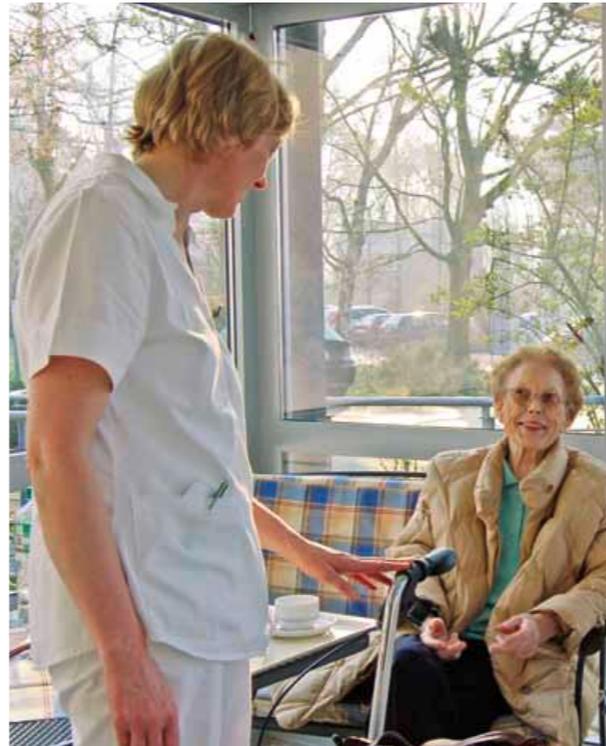
## Spezialisten für Sie: Geriatrische Rehabilitation

Geriatric ist eine ganzheitliche Medizinrichtung, in der nicht nur der Schlaganfall oder der Knochenbruch allein behandelt wird. Die Patienten bringen neben ihrer Grunderkrankung immer weitere Einschränkungen mit. Sie leiden beispielsweise unter Diabetes mellitus, Sturzneigung, Verwirrtheit oder Ernährungsstörungen. Sie neigen zu Krankheitskomplikationen und vertragen notwendige Medikamente oft schlecht. All das bringt sie zusätzlich aus dem Gleichgewicht und fordert von uns einen umfassenden Blick. Als geriatrische Rehabilitationsklinik haben wir die fachlich medizinische und therapeutische Behandlung ganz auf solch komplizierte vielfältige Krankheitsbilder abgestimmt.

Am Beginn jeder Behandlung steht eine gründliche Eingangsuntersuchung; wir sehen dabei immer den ganzen Menschen.

Es ist unverzichtbarer Bestandteil unseres Konzeptes, Begleiterkrankungen mitzubehandeln, wenn dies für den Heilungsprozess wichtig ist. Wir fragen aber auch danach, wie Sie zu Hause leben und wie Sie dort versorgt sind. Nur dann können wir die erfolversprechendste Richtung in der Therapie einschlagen und Ihnen den Weg nach Hause bahnen oder Sie im Entscheidungsprozess für Ihre weitere Versorgung begleiten und unterstützen.

***Der Klinikaufenthalt wird Sie auf die Zeit danach gut vorbereiten. Je weiter Sie hier vorankommen, desto besser wird der Übergang gelingen.***



## Angekommen:

### Der erste Tag in der Klinik

Am Anreisetag ist für Ihren Empfang schon alles vorbereitet. Ihr Zimmer ist hergerichtet und die Mitarbeiter auf der Station wissen über Ihr Eintreffen Bescheid. Nach der Ankunft lernen Sie die Station kennen und richten sich in Ihrem Zimmer ein. Beim Koffer Auspacken helfen wir Ihnen gerne. Im Verlauf des ersten Tages stellen sich das Pflegeteam sowie die Ärzte und Therapeuten vor. Mit einer gründlichen Untersuchung machen wir uns mit Ihrem Krankheitsbild vertraut, schätzen Ihre Fähigkeiten ein und stellen bei Bedarf Hilfsmittel wie einen Rollstuhl oder einen Rollator zur Verfügung.

Um den Rehabilitationsplan individuell auf Ihre Bedürfnisse abzustimmen, machen wir uns ein umfassendes Bild von Ihrem Gesundheitszustand. Direkt am ersten Tag beginnen wir gemeinsam mit Ihnen zu planen, welche Therapien und Untersuchungen bei Ihnen angebracht und notwendig sind.

***Wir sind immer ansprechbar. Nutzen Sie für Ihre Fragen zur Rehabilitation auch gerne die Visite.***

## Eingepackt:

### Das sollten Sie mitbringen

Am besten kommen Sie in der Kleidung, die Sie auch gern zu Hause tragen und die sich einfach an- und ausziehen lässt. Auch das gewohnte bequeme, aber feste Schuhwerk ist für die Rehabilitation richtig. Denn tagsüber werden Sie oft im Haus zur Therapie unterwegs sein oder sich während Ihrer freien Zeit vielleicht gern im Garten aufhalten. Sie verbringen so viel Zeit wie möglich angekleidet außerhalb des Bettes, um schnell wieder auf die Beine zu kommen.



Für Wertsachen steht Ihnen ein kleines Fach in den Wandschränken zur Verfügung. Nehmen Sie aber bitte nur das Nötigste mit und lassen Sie wertvollen Schmuck und größere Geldbeträge zu Hause.

Handtücher und Waschlappen bekommen Sie regelmäßig frisch von uns. Einen Wäscheservice bieten wir Ihnen gegen Gebühr an.

***Eine Checkliste für Ihre Vorbereitung auf die Rehabilitation finden Sie auf Seite 37 in dieser Broschüre.***



## Auf der Station:

Rund um die Uhr gut versorgt

Es wird nicht lange dauern, bis Sie sich in der Klinik Maria Frieden zurecht finden. Mit vier Stationen ist das Haus überschaubar. Sie beziehen vorwiegend 1- und 2-Bett-Zimmer mit eigenen Nasszellen. Die Zimmer sind geräumig und haben einen schönen Blick ins Grüne.

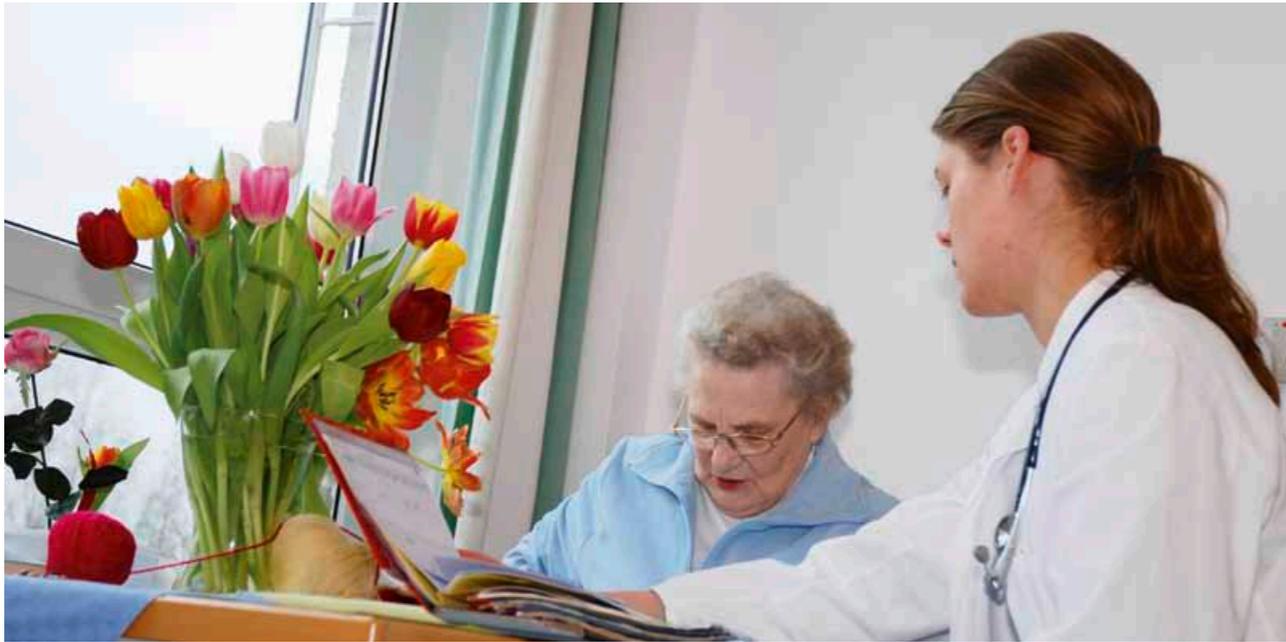
Das gesamte Klinikteam arbeitet Hand in Hand, um Ihnen einen bestmöglichen Genesungsfortschritt zu ermöglichen. Wir führen Sie durch die Therapietage und begleiten Sie in die therapeutischen Abteilungen, solange Sie unsere Hilfe benötigen.

Jeder Station ist ein Team von Ärzten, Pflegepersonen, Therapeuten und Sozialarbeitern zugeordnet. Nach kurzer Zeit werden Sie die Menschen kennen, die in den kommenden Wochen immer nah an Ihrer Seite sein werden. Die pflegerische und ärztliche Versorgung ist rund um die Uhr gewährleistet. Das Pflegeteam ist darauf eingestellt, dass Sie eventuell Hilfe bei der Körperpflege, bei der Toilettenbenutzung oder dem allgemeinen Tagesablauf benötigen. Das gilt auch für die Nacht.

Wir möchten Ihnen allerdings nur das Nötigste abnehmen und auch das nur, solange es wirklich notwendig ist. Sie sollen bald schon selbst für sich sorgen können und möglichst viele Tätigkeiten des Alltags alleine bewältigen. Aber keine Sorge: Wir begleiten Sie Schritt für Schritt auf diesem Weg.

In der Rehabilitationsklinik ist alles auf Aktivierung und Training ausgerichtet: Waschen, Anziehen oder den Speiseraum aufsuchen, wo Sie die Mahlzeiten einnehmen werden. Dorthin kommen Sie zu Fuß, mit dem Rollstuhl oder dem Rollator. So festigen Sie im Alltag auf der Station, was in der Therapie angebahnt und eingeübt wird.

***Ein Team von Pflegern und Ärzten, Therapeuten und Sozialarbeitern ist jeder Station zugeordnet. So behalten Sie den Überblick und wissen stets, wen Sie ansprechen können.***



## Medizin:

Auf Alterskrankheiten spezialisiert

Unser Ärzteteam ist auf Alterskrankheiten spezialisiert und in deren Behandlung sehr erfahren. Es erstellt für Sie in Abstimmung mit dem Behandlungsteam einen individuellen Rehabilitationsplan. Dabei berücksichtigen wir neben den Ergebnissen der Aufnahmeuntersuchungen und Ihren Vorfunden auch Ihre persönlichen Rahmenbedingungen und Ziele.

Der Plan wird im Verlauf Ihres Klinikaufenthalts immer wieder überprüft und mit Ihnen besprochen. Wir überzeugen uns von den Fortschritten Ihrer Rehabilitation bei der regelmäßigen Visite. Ihr individueller Plan

berücksichtigt Vorerkrankungen, Ihren aktuellen Krankheitsverlauf und Ihre Fähigkeiten und Funktionsstörungen. Dabei beachten wir zudem z.B. internistische und neurologische Erkrankungen, den Zustand des Bewegungsapparats, aber auch im Alter häufig auftretende Veränderungen wie Gedächtnis- und Orientierungsprobleme oder psychische Störungen.

Wenn notwendig, können wir zahlreiche Untersuchungen in unserem Hause selbst durchführen. Wir verfügen über Geräte zum Röntgen, EKG, Langzeit-EKG, Langzeit-Blutdruckmessung, Spiegelung des Magens, Lungenfunktionstestung und zum Ultraschall von Oberbauch, Herz (Echokardiographie), Gefäßen und Schilddrüse. Die Untersuchungen werden von erfahrenen Fachärzten durchgeführt. Das erspart Ihnen Wege und ermöglicht uns eine Abschätzung Ihrer Belastbarkeit, die optimale Einstellung der Medikamentenbehandlung und das frühzeitige Erkennen von Krankheitskomplikationen und Verschlechterungen.

***Für Ihre persönlichen Nöte und Fragen stehen wir zur Verfügung. Gerne vereinbaren wir auch mit Ihren Angehörigen einen Termin und beraten sie, sofern Sie als Patient dies wünschen.***



## Pflege:

Therapeutisch-aktivierend in die Selbstständigkeit

Das Pflergeteam aus examinierten Gesundheits- und Krankenpflegern sowie Altenpflegern betreut Sie rund um die Uhr. Durch das therapeutisch aktivierende Pflegekonzept sollen Sie das höchstmögliche Maß an Selbstständigkeit erreichen. Wir unterstützen Sie oder leiten Sie ggf. an, damit Sie alltagsrelevante Tätigkeiten wieder erlernen können.

Wir verfügen über ein breites Wissen und umfangreiche Erfahrungen in allen pflegerischen Belangen der Geriatrie. Wir beherrschen umfassende Lagerungs- und Mobilisationstechniken und sind auch ausgewiesene Experten für die Versorgung von Wunden und für Kontinenzprobleme.

Hier ist es ein wichtiges Ziel, den Einsatz von Kathetern und eine ggf. damit einhergehende Infektion der Harnblase oder der Nieren möglichst zu vermeiden. Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen ebenfalls zur Seite, wenn Sie bei Schluckstörungen Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme benötigen.

Gerne leiten wir auch Ihre Angehörigen an, wenn Sie nach Ihrer Entlassung weiterhin pflegerische Unterstützung benötigen.

**Professionelle Pflege steht in kontinuierlichem Dialog mit den beteiligten Menschen.**



## Ergotherapie:

Trainieren für den Alltag

Bei der Ergotherapie dreht sich alles um Ihren gewohnten Tagesablauf. Der erste Schritt zurück in Ihren Alltag beginnt manchmal mit einfachen Handgriffen: Die Finger bewegen – damit man Messer und Gabel halten kann. Hände und Arme trainieren – damit die Kraft zurückkommt. Oder auch Hilfsmittel ausprobieren – damit das Badezimmer später nicht zur Rutschbahn wird.

Ergotherapie ist eine Art Trainingsstrecke für Fähigkeiten, die früher da waren und nach einem Schlaganfall, nach Knochenbrüchen oder den Folgen anderer Erkrankungen wieder geübt werden müssen. Und sie hilft dabei, die richtigen Hilfsmittel und kleinen Tricks kennen zu lernen, die das Leben mit einer Beeinträchtigung leichter machen.



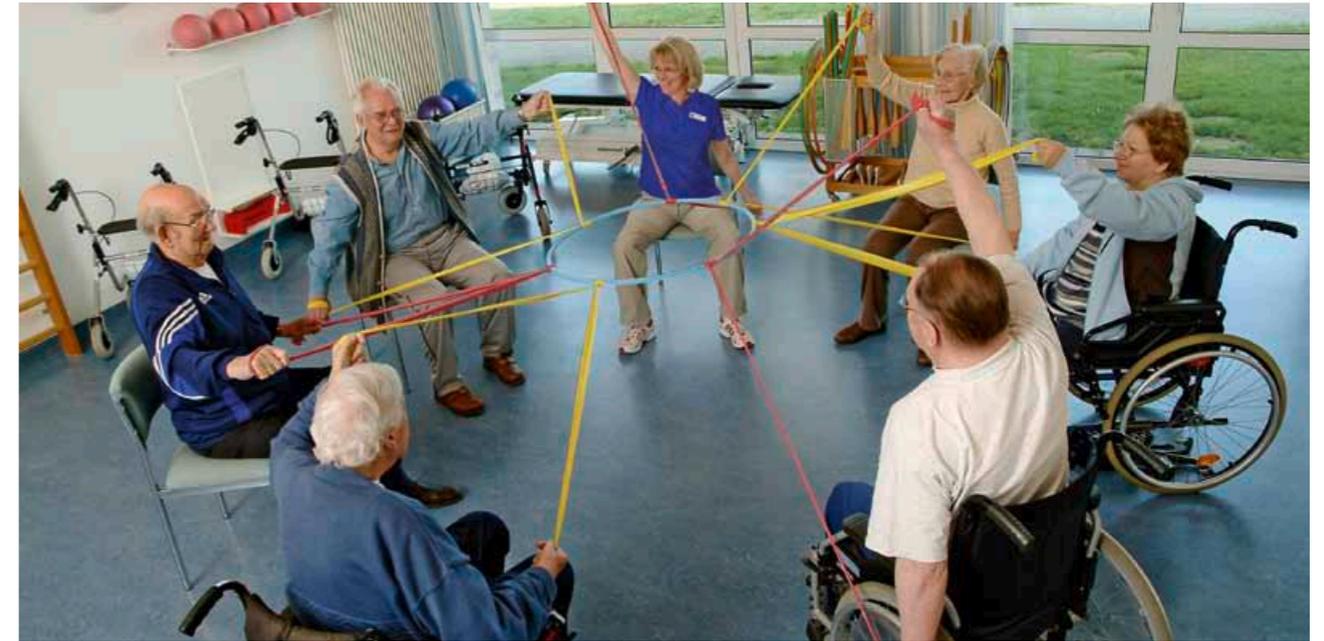
Sie nutzen zum Beispiel unsere Übungsküche, um sich mit dem Rollator zu bewegen und gemeinsam mit anderen ein Mittagessen zuzubereiten. Sie können die Balance beim Staubsaugen oder Wäscheaufhängen üben und im Bad das Waschen und Anziehen trainieren sowie Wannensitze und andere Hilfsmittel testen. Weiterhin lernen Sie, wie sich Stolperfallen in Ihrer Wohnung vermeiden lassen.



Nach Möglichkeit wird auch in Gruppen trainiert. Hier hilft der gegenseitige Ansporn beim Therapieerfolg.

Die Ergotherapeuten unterstützen Sie außerdem bei der Auswahl und Beantragung der erforderlichen und passenden Hilfsmittel, die Sie nach Ihrer Entlassung benötigen.

***Mit kleinen Tricks und Hilfen für den Alltag üben – damit die Selbstständigkeit nicht an unnötigen Hürden scheitert.***



## Physiotherapie und Physikalische Therapie:

Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer geben Sicherheit

Die Physiotherapie, den meisten als Krankengymnastik bekannt, ist Ihr Sportprogramm für mehr Beweglichkeit und Sicherheit im Alltag. Hier geht es nicht um Medaillen oder Spitzenleistungen, sondern um die Entwicklung Ihrer individuellen körperlichen Fähigkeiten.

Die Krankengymnasten in der Klinik Maria Frieden haben jahrelange Erfahrung mit unterschiedlichen Trainingsmethoden und Hilfsmitteln. Von der ersten gymnastischen Übung in der Sitzgruppe bis zum Einzeltraining an Fitnessgeräten stehen Ihnen eine Vielfalt an Programmen und Hilfsmitteln zur Verfügung.

Ob Sie auf der Übungstreppe Schritt für Schritt voran kommen oder auf dem Heimfahrrad Ihre Muskeln trainieren – das Ziel ist mehr Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Sicherheit im Alltag.

Mit kleinen Übungen trainieren Sie zum Beispiel in der Balancegruppe für typische Alltagssituationen zu Hause, bei denen es um Gleichgewicht und Ausdauer geht. Sie können außerdem im Bewegungsbad unter Anleitung Bewegungsabläufe trainieren. Bei gutem Wetter lädt unser Bewegungsparcours im Garten zum Üben ein.



Wenn Schmerzen, Verspannungen oder Schwellungszustände zu starken Beeinträchtigungen führen, bieten wir auch physikalische Therapiemaßnahmen an: Manuelle Lymphdrainage und Entstauungstherapie, klassische Massage oder Bindegewebsmassage, Narbenbehandlungen und Akupressur. Hinzu kommen passive Anwendungen wie Wärmepackungen, Elektrotherapie oder Ultraschallbehandlungen und Kälte-therapie. Diese Therapien werden individuell auf Ihre anderen Übungen in der Ergotherapie oder Krankengymnastik abgestimmt.

***Die Lust an der Bewegung zurückgewinnen – Schritt für Schritt.***

## Neuropsychologie: Aufbautraining fürs Gehirn

Während die körperlichen Folgen einer Hirnschädigung wie Lähmungen offensichtlich sind, lassen sich die Veränderungen des Geistes weniger gut begreifen. Sie schränken jedoch oft genauso ein und müssen behandelt werden.

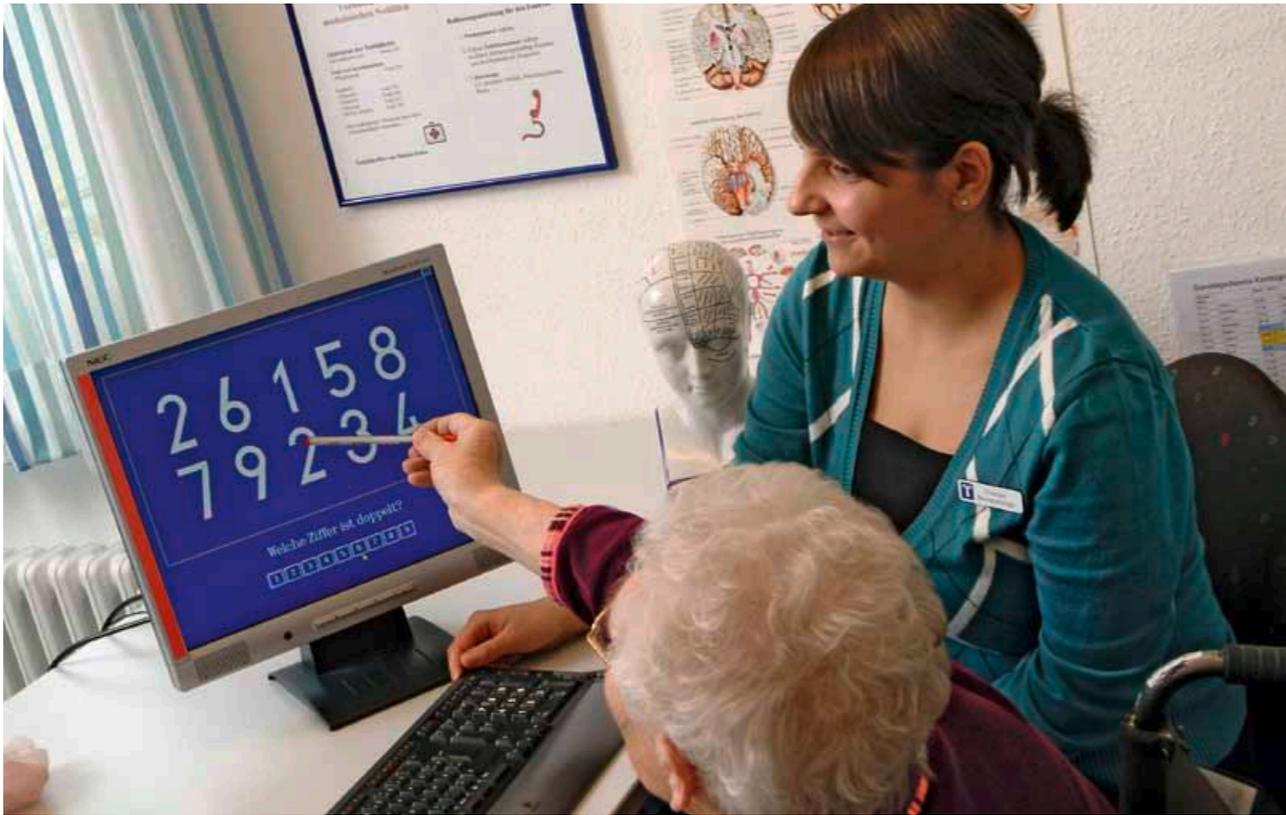
Konzentrationsprobleme und Veränderungen des Sehens haben Sie wahrscheinlich schon selbst wahrgenommen. Ob das Gesehene vom Gehirn korrekt verarbeitet wird oder die räumliche Ausrichtung der Aufmerksamkeit gelingt, muss von der Neuropsychologin untersucht werden.



Viele Hirnfunktionen braucht man für das sichere Handeln: Was hilft es, wenn die Hand wieder greifen kann, das Gehirn aber nicht richtig einschätzt, wie weit ein Gegenstand entfernt ist?

Um das Aufstehen, Laufen oder Ankleiden wieder zu erlernen, müssen neben den Muskeln auch Fähigkeiten des Gehirns trainiert werden. Dafür ist der Computer das ideale Übungsgerät, mit dem Sie in kurzer Zeit vertraut sein werden. Wenn Sie ein wenig Neugier und Offenheit gegenüber der Arbeit am Bildschirm mitbringen – umso besser.

Wir trainieren mit Ihnen genau die Bereiche, die Ihnen Probleme bereiten.



Wir suchen passende Aufgaben, die Sie fordern ohne zu überfordern. Sie können durch diese Übungen eine ganze Reihe von Funktionen verbessern oder Strategien erlernen, die Ihnen helfen, trotz Einschränkungen den Alltag zu meistern.

***Wenn durch Schlaganfall, Tumor oder Schädel-Hirn-Verletzung die Leistung des Gehirns beeinträchtigt wurde, ist der Neuropsychologe zuständig. Diese Behandlung ermöglicht auch in den anderen Therapiebereichen bessere Fortschritte.***



## Logopädie/Sprachtherapie:

Auch zum Sprechen und Schlucken braucht man Muskeln

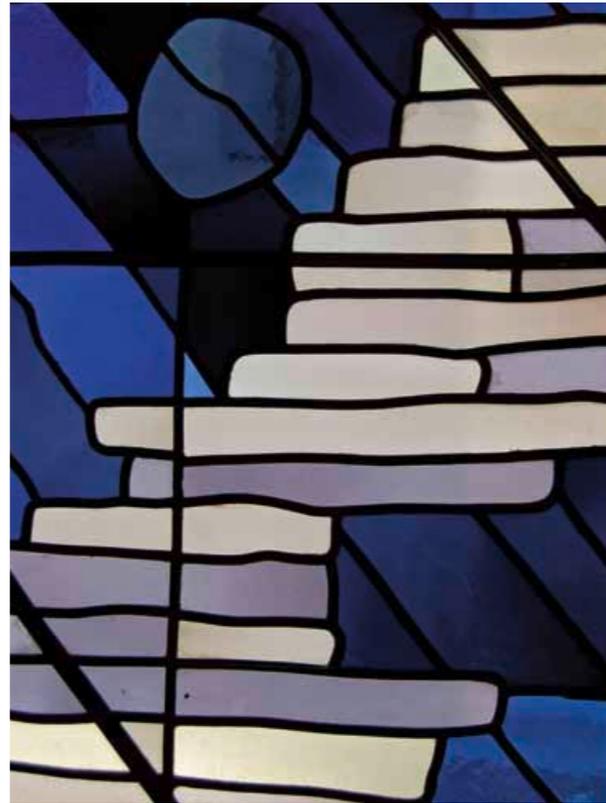
In unserem Alltag sind wir alle auf Kommunikation angewiesen – mit Angehörigen, Nachbarn, beim Einkaufen oder Arztbesuch. Wer sich nicht (mehr) verständlich machen kann, wird daher oft von anderen ignoriert oder nicht ernst genommen.

Darum ist es so wichtig, nach Erkrankungen oder Verletzungen des Gehirns das Sprechen und die Sprache wieder zu trainieren. Logopäden und Linguisten sind dafür ausgebildet, nach einer individuellen Diagnostik unterschiedliche Sprach- und Sprechstörungen zu behandeln. Mit speziellen Übungen, die Sie später auch zu Hause durchführen können, trainieren Sie bei uns Ihre Sprach- und Verständnisfähigkeiten. Sie lernen, die Atem- oder Gesichtsmuskulatur zu aktivieren und die Aussprache zu verbessern.

Wir zeigen Ihnen auch, wie Sie sich trotz schwerer Beeinträchtigungen mit Hilfsmitteln in Ihrer Umgebung verständlich machen können.

Bei Schluckstörungen arbeiten wir mit Ihnen an der Verbesserung der Schluck- und Schutzreflexe, erarbeiten Strategien wie z.B. spezielle Schlucktechniken zur sicheren Nahrungsaufnahme und geben Tipps, wie Ihr Essen passend ausgewählt, zubereitet und ggf. ergänzt werden kann.

***Keine Sprachstörung ist wie die andere: Informieren Sie sich über Einzelheiten auch in unseren Infoblättern.***



## Seelsorge –

Auch die Seele will geheilt werden

Bei einer Krankheit oder einem Unfall ist nicht nur der Leib betroffen – auch die Seele des Menschen wird in Mitleidenschaft gezogen. Sie bedarf ebenso der Sorge und Unterstützung, damit eine ganzheitliche Heilung möglich ist.

Unsere Klinik-Seelsorge ist während Ihres Aufenthaltes für Sie und Ihre Angehörigen direkt auf den Stationen erreichbar. Die Mitarbeiter besuchen Sie, hören zu, bieten Rat und Hilfe an und sind einfach für Sie da.

Wenn Sie es wünschen, werden Ihnen durch Gebet und Segen die Nähe Gottes zugesprochen und die Sakramente gespendet. Die heilige Kommunion kann auch auf der Station empfangen werden. Gerne stellen wir auch einen Kontakt zu den Seelsorgern Ihrer Gemeinde her.

Unsere Kapelle befindet sich im Erdgeschoss der Klinik und ist tagsüber geöffnet. Als Ort der Stille lädt sie zur inneren Einkehr, zum Gebet und zum Verweilen ein. Auf Wunsch begleiten wir Sie zur Kapelle. Die Gottesdienste, Messfeiern und Abendmahlsfeiern werden auch über den TV-Hauskanal übertragen.

**„Wir betrachten den Menschen als eine Einheit von Körper, Seele und Geist. Wir achten ihn, unabhängig von Herkunft, Nationalität, Glauben und sozialer Stellung, da jeder Mensch ein Geschöpf Gottes ist.“**

*(Aus dem Leitbild der Franziskus Stiftung)*



## Mahlzeiten und Ernährung:

Mit Appetit essen

Kraft und Energie gewinnen Sie auch durch abwechslungsreiches, gesundes und schmackhaftes Essen. Gerade in der Genesungsphase kommt es darauf an, dass Sie mit Appetit ausreichende Portionen zu sich nehmen.

Unsere Mitarbeiter helfen Ihnen, das für Ihren Geschmack und Ihren Gesundheitszustand Passende zu finden. Sie sorgen dafür, dass Ihr Speiseplan den Appetit anregt und die Gesundheit fördert. Dabei erhalten Sie auch praktische Ernährungstipps für zu Hause. Am besten schmeckt es in Gesellschaft. Darum nehmen Sie die Hauptmahlzeiten in der Regel gemeinsam mit anderen Patienten in einem Speiseraum auf Ihrer Station ein.

Unsere Küche sorgt für Abwechslung und Frische, ausreichend Obst und Gemüse kommen auf den Tisch – auch als Anregung für zu Hause.

**„Lasst Eure Nahrung Euer Heilmittel sein!“ (Hippokrates)**



## Der Sozialdienst:

Beratung und Begleitung bei weitergehenden Hilfen

Der Sozialdienst bildet die Brücke zwischen der Klinik und den Hilfen zu Hause. Er begleitet und unterstützt Sie und Ihre Angehörigen bei allen Problemen und Fragen der Nachsorge.

Damit die Zeit nach der Rehabilitation gut vorbereitet werden kann, besprechen wir gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen, welche Hilfen Sie benötigen. Zusammen erstellen wir ein individuelles Hilfsangebot, um den Rehabilitationserfolg langfristig zu sichern. Wir beraten Sie und helfen bei der Klärung sozialer bzw. sozialrechtlicher Leistungen und Ansprüche (z.B. Pflegeversicherung, Schwerbehinderung, Sozialhilfe, Blindengeld, Befreiung von Zuzahlungen etc.).

Auf Wunsch vermitteln wir spezielle Hilfen für die ambulante Versorgung (z.B. ambulante Pflegedienste, Tagespflege, Essen auf Rädern, Hausnotruf, hauswirtschaftliche Unterstützung etc.). Wir können den Kontakt zu Beratungsstellen und Selbsthilfeeinrichtungen herstellen und geben Hilfestellungen, wenn die Versorgung in einer Kurzzeitpflege oder im Pflegeheim notwendig wird.

***Sie haben einen festen Ansprechpartner, den Sie möglichst frühzeitig nach Beginn Ihres Aufenthaltes kennen lernen.***



## Freie Zeit zum Ausspannen:

Neben der Therapie

Neben den Therapien, Mahlzeiten, Untersuchungen und Visiten bleibt auch noch freie Zeit zum Ausspannen. Wir laden Sie ein, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen: Auf dem Informationszettel „Ihr Tag“ können Sie nachlesen, was Sie in unserer Klinik Maria Frieden unternehmen können.

Ehrenamtliche Mitarbeiter laden regelmäßig zu Karten- und Brettspiel-Runden, Lesekreisen, Filmvorführungen oder gemeinsamem volkstümlichen Singen ein. Außerdem bieten wir immer wieder besondere Freizeitveranstaltungen an.

Besuchen Sie gern unsere Vortrags- und Schulungsangebote rund um das Thema Gesundheit. Richten Sie sich mit Zeitschriften oder mit einem Buch aus der Bibliothek in der Sitzecke ein, gehen Sie spazieren, genehmigen Sie sich ein Stück Torte in der Cafeteria oder bei Sonnenschein auf der Terrasse.

***Ruhe und Erholung finden Sie in der reizvollen Parklandschaft.***



## Damit Sie zu Hause gut zurecht kommen:

Vorbereitung auf die Zeit nach der Rehabilitation

Wir besprechen mit Ihnen bei Bedarf alle Hilfsmittel für zu Hause. Zudem kümmern wir uns um eine fachgerechte, individuelle Versorgung mit den Hilfsmitteln und leiten Sie und Ihre Angehörigen an, sie zu benutzen. Wenn Sie es wünschen, übernehmen wir in Zusammenarbeit mit Sanitätshäusern und Stomatherapeuten die Antragstellung bei Ihrer Krankenkasse, damit die Hilfsmittel rechtzeitig zu Ihrer Entlassung verfügbar sind.

Auf Ihren Wunsch hin leiten speziell ausgebildete Pflegekräfte Ihre Angehörigen einzeln oder in kleinen Gruppen an, damit diese für die Pflege zu Hause gerüstet sind.



## Hand in Hand mit dem Hausarzt und weiterversorgenden Einrichtungen

Unsere Ärzte arbeiten, wenn Sie damit einverstanden sind, bereits während der Rehabilitation eng mit Ihrem Hausarzt zusammen.

Am Entlassungstag geben wir Ihnen einen ausführlichen ärztlichen Bericht mit. Er enthält Angaben über alle durchgeführten Untersuchungen, den Rehabilitationsverlauf, empfohlene Behandlungsmaßnahmen und die Medikamente, so dass Ihr Hausarzt direkt beim ersten Besuch informiert ist.

Wichtige Therapieentscheidungen stimmen unsere Ärzte ggf. vor Ihrer Entlassung mit Ihrem Hausarzt ab. So ist für eine kontinuierliche Weiterbehandlung gesorgt. Wenn notwendig,

senden wir die Unterlagen auch vorweg als Fax, damit Ihr Hausarzt genügend Zeit hat, die weiteren Verordnungen und die Folgebehandlung vorzubereiten.

Wenn ein Pflegedienst für zu Hause beauftragt werden soll oder Sie in einer Pflegeeinrichtung weiter betreut werden, erstellen wir einen speziellen Pflegeentlassungsbericht, der genau aufzeigt, welche Unterstützung erforderlich ist. Im Bedarfsfall verfassen wir auch Berichte für weiterbehandelnde Therapeuten, z.B. in der Sprachtherapie.



## So kommen Sie nach Hause

Wir kümmern uns mit Ihnen darum, dass Sie sicher nach Hause kommen. Ob Angehörige Sie abholen werden oder ein Transportdienst/Taxi bestellt werden muss – wir sorgen für den reibungslosen Ablauf und stimmen die genaue Uhrzeit mit Ihnen ab.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Sie aus organisatorischen Gründen das Zimmer ab 9 Uhr verlassen müssen. Alle Entlassungspapiere händigen wir Ihnen direkt aus.

Zum Schluss ein Tipp fürs Kofferpacken: Während Ihres Klinikaufenthalts wird sich einiges an persönlichen Dingen angesammelt haben, das nicht mehr in den Koffer passt. Am besten geben Sie Ihre Wäsche oder Dinge, die Sie nicht mehr benötigen, Ihren Angehörigen schon ein paar Tage vor der Entlassung mit.



## Von A–Z: Ihr Wegweiser durch die Klinik Maria Frieden

### A

**Angehörige** – sind Ihre und unsere Partner bei der Therapie. Notwendige Informationen erhalten sie daher von allen Mitgliedern des Teams: Von Ärzten, Therapeuten, Sozialdienst- oder Pflege Mitarbeitern. Gerne beziehen wir Angehörige auch in die Morgen- und Abendpflege, die Therapien und die Hilfsmittelberatung direkt mit ein, um die weitere Versorgung zu Hause zu erleichtern. Auch Unterkunftsmöglichkeiten bestehen zu einem günstigen Preis nach vorheriger Anmeldung im Gästehaus.

**Anrufen** – können Sie gegen eine Gebühr von Ihrem Zimmer aus. Anmelden können Sie Ihr Telefon an der Klinikpforte. Wenn Sie dabei Hilfe benötigen, fragen Sie das Pflegepersonal auf Ihrer Station.

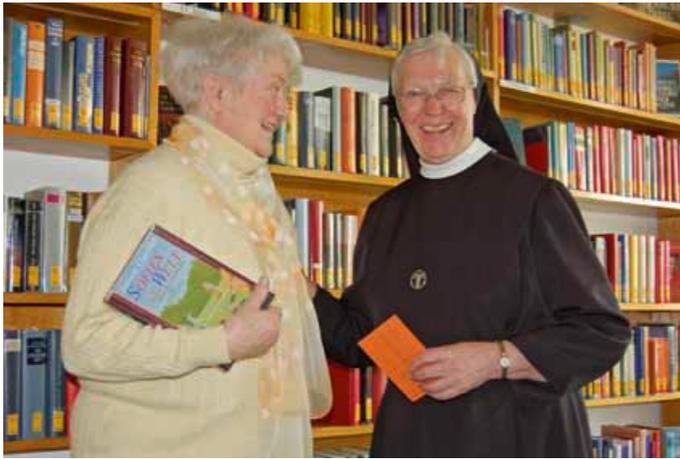
**Aufenthaltsbereiche** – Auf den Stationen, in der Eingangshalle oder auch im Garten

finden Sie Sitzcken, die Sie und Ihre Angehörigen jederzeit nutzen können. Gerne treffen sich die Patienten dort auch gemeinsam zu einem kleinen Plausch.

### B

**Barrierefreie Ausstattung** – Die gesamte Klinik einschließlich der Außenanlagen ist barrierefrei. Rollstuhlfahrer und Patienten mit Rollatoren haben genügend Platz und finden viele sinnvolle Hilfsmittel.

**Bekleidung** – Bitte bringen Sie Ihre Alltagskleidung mit. Allerdings sollte sie einfach an- und auszuziehen sein. Auch Ihr gewohntes Schuhwerk reicht aus, Turnschuhe müssen nicht sein. Ob Sie Badesachen, Badeschuhe oder Stoppersocken benötigen, hängt von Ihrem Krankheitsbild ab. Handtücher und Waschlappen bekommen Sie von uns (siehe Checkliste, S. 37).



**Beschwerden** – sind wichtig für uns, damit wir merken, wo etwas nicht stimmt und was wir ändern sollten. Sprechen Sie unsere Mitarbeiter also möglichst sofort an, wenn Ihnen etwas auffällt oder Sie etwas ärgert. Sie können Ihr Anliegen auch aufschreiben. Dafür gibt es ein Formular, das an vielen Stellen im Haus ausliegt.

**Besuchszeiten** – sollten sich nach Ihren persönlichen Ruhe- und Therapiezeiten und nach den allgemeinen Essenszeiten und ärztlichen Visiten richten. Eine Übersicht über Ihren individuellen Tages- und Wochenablauf mit Ihren Therapiezeiten finden Sie in Ihrem Zimmer.

**Bücherei** – Die Bücherei befindet sich im Flur, der rechts von der Eingangshalle, direkt hinter der Cafeteria, abzweigt. Dort können Sie nicht nur Bücher ausleihen, die gemütliche Sitzecke lädt auch zum Verweilen in der Bibliothek ein. Sie wird von ehrenamt-

lichen Mitarbeitern geführt. Die Ausleihe ist kostenfrei. Wenn Sie weniger mobil sind: Einmal pro Woche kommt ein Bücherwagen zu Ihnen auf die Station. Auch Hörbücher sowie einfach bedienbare Abspielgeräte und Bücher in Großdruck stehen zur Verfügung.

**Busverbindung** – Ein öffentlicher Bus fährt direkt vor dem Haupteingang oder der nächstgelegenen Hauptstraße ab. Die Fahrzeiten hängen in der Eingangshalle aus. Ihre Besucher können die Klinik mit dem Bus direkt aus Telgte, Münster und Warendorf erreichen.

**Cafeteria** – Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte den Aushängen. Die Cafeteria ist barrierefrei und bietet genügend Raum für Rollstühle und Gehhilfen. Bei schönem Wetter lädt die große Gartenterrasse direkt am Teich zum Verweilen ein.

**Ehrenamtliche Helfer** – begegnen Ihnen bei Freizeitangeboten, in der Bücherei oder als Begleitsdienst. Es sind Frauen und Männer in der Lebensmitte oder im Ruhestand, die unsere Klinik mit viel Engagement unterstützen.

**Eigenanteil** – Auch in Rehabilitationskliniken ist ein Eigenanteil im Rahmen der gesetzlichen Regelungen zu entrichten. Allerdings wird der Betrag, den Sie für Ihren vorangegangenen Krankenhausaufenthalt bereits bezahlt haben, auf den Maximalbetrag angerechnet. Den genauen Betrag erfahren Sie bei der Aufnahme.

**Empfang/Pforte** – Die Mitarbeiter sind Ihre Ansprechpartner für Auskünfte über Busfahrzeiten, Wegbeschreibungen oder die Erreichbarkeit von Mitarbeitern, für die An- oder Abmeldung Ihres Telefons oder den Kauf von Briefmarken, Postkarten usw..

**Entlassung** – Alles, was Sie beachten müssen, haben wir auf den Seiten 26–28 für Sie zusammengestellt.

**Essenszeiten** – Frühstücksbuffet 08:00 bis 09:00 Uhr, Mittagessen 11:30 bis 12:15 Uhr, Kaffee 14:00 bis 15:00 Uhr, Abendbuffet 17:30 bis 18:15 Uhr. Sie können nicht nur beim Frühstücks- und Abendbuffet nach Ihrem Geschmack auswählen, sondern haben auch beim Mittagessen die Wahl zwischen den verschiedenen Menü-Bestandteilen.

Jede Station hat ihre eigenen Speiseräume, in denen Sie in einer kleinen Gemeinschaft essen können. Wenn Ihr Gesundheitszustand dies ausnahmsweise einmal nicht erlaubt, servieren wir Ihnen die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer.



**F**  
**Fernsehen** – können Sie kostenfrei auf Ihrem Zimmer. Für das Fernsehen in Gesellschaft stehen in den Speise-/Aufenthaltsräumen Fernseher mit großen Bildschirmen bereit.

**Freizeitangebote** – finden regelmäßig statt. Informationen dazu gibt es im Infoblatt „Ihr Tag“, per Aushang und mündlich.

**Frisör** – Der Frisörsalon liegt direkt neben der Bücherei. Die Öffnungszeiten erfahren Sie per Aushang oder über unsere Mitarbeiter. Termine buchen Sie bitte über das Pflegepersonal.

**Fußpflege** – Die medizinische Fußpflegerin/Podologin ist regelmäßig im Haus. Termine können Sie bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Pflege vereinbaren.

**G**  
**Garten** – Unser Garten bietet nicht nur Spazierwege und Sitzgelegenheiten zum Ausruhen in der Natur. Sie finden dort auch einen speziellen Bewegungsparcours, den Ihnen unsere Krankengymnasten gerne zeigen und erklären.

**Gästehaus** – Für Angehörige steht auf Anfrage unser Gästehaus mit Apartments zur Verfügung. Wenden Sie sich bei Bedarf bitte an den Empfang im Erdgeschoss.

**Geld** – An der Pforte können Sie bargeldlos mit EC-Karte bezahlen. Da unser Haus nicht über einen Geldautomaten verfügt, sollten Sie Bargeld für die Cafeteria mitbringen. Im Wertfach in Ihrem Schrank können Sie Bargeld und Wertgegenstände einschließen. Sie sollten aber sicherheitshalber keine größeren Geldbeträge mitnehmen.

**Getränke** – Mineralwasser und die Getränke zu den Mahlzeiten sind kostenfrei. Besondere Getränkewünsche können Sie sich in der Cafeteria oder im Kiosk erfüllen. Ein Wasserspender befindet sich im Foyer.

**H**  
**Hausfilm** – Unser Hausfilm auf dem klinikeigenen Fernsehkanal hilft Ihnen, sich in unserem Haus zu orientieren und sich über die Rehabilitation zu informieren.

**Hilfsmittel** – Alle Hilfsmittel wie Rollator, Sitzkissen oder Greifzangen, die Sie während des Klinikaufenthaltes benötigen, stellen wir Ihnen bei Bedarf zur Verfügung. Um die Versorgung mit Hilfsmitteln, die Sie auch nach der Rehabilitation benötigen, kümmern wir uns in Absprache mit Ihnen.

**K**  
**Kapelle** – Die hauseigene Kapelle ist tagsüber geöffnet. Es finden regelmäßig

Gottesdienste statt. Die Zeiten können Sie den Informationsblättern entnehmen. Unsere Mitarbeiter und ehrenamtliche Helfer begleiten Sie auf Wunsch zu den Gottesdienstfeiern. Die Gottesdienste werden auch über den klinikeigenen Fernsehkanal übertragen.

**Kiosk** – Hier bekommen Sie an sieben Tagen in der Woche Süßigkeiten, Getränke, Zeitschriften, Toilettenartikel und kleine Mitbringsel.

**M**  
**Montagsreihe** – heißt unser Programm mit Vorträgen für Patienten, Angehörige und Interessierte. Regelmäßig montags informieren Sie Fachleute über Gesundheitsthemen, aber auch über Wissenswertes von Internet bis Trickbetrug, Wohnraumumbau oder Seniorenreisen. Das aktuelle Programm und die Zeiten finden Sie auf der Schautafel in der Eingangshalle und auf den Faltschirmen „Die Montagsreihe“ zum Mitnehmen.



**Medikamente** – Alle verordneten Medikamente erhalten Sie von uns. Bitte nehmen Sie ohne Rücksprache mit den behandelnden Ärzten der Klinik auf keinen Fall zusätzliche Medikamente ein, da dies Ihre Gesundheit gefährden kann.

## P

**Post** – Die Postadresse der Klinik für Geriatrie Rehabilitation Maria Frieden finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre. Briefmarken und Postkarten bekommen Sie am Empfang. Dort können Sie auch Ihre Post abgeben.

## Q

**Qualitätssiegel** – Wir stellen regelmäßig unsere Qualität auf den Prüfstand und lassen unsere Arbeit von externen Gutachtern überprüfen. Die aktuellen Zertifikate hängen in der Eingangshalle aus.

## R

**Radio** – haben Sie kostenfrei auf Ihrem Zimmer.

**Rauchen** – Innerhalb des Hauses darf nicht geraucht werden. Über die Möglichkeiten außerhalb des Hauses informieren Sie unsere Mitarbeiter.

## S

**Sehberatung** – Alle drei Wochen berät eine Fachberaterin Patienten und Angehörige.

**Selbsttraining** – Einige Trainingsgeräte im Haus stehen Ihnen nach Einführung durch unsere Therapeuten auch zur individuellen Nutzung zur Verfügung. Nutzen Sie nach Anleitung durch die Therapeuten auch den Bewegungsparcours im Garten.

**Singkreis** – Einmal wöchentlich laden wir zum Singen volkstümlicher und bekannter Lieder ein. Näheres entnehmen Sie dem Infoblatt „Ihr Tag“.

**Stomatherapie** – Ein Stomaberater ist regelmäßig im Haus und weist Patienten und Angehörige in die Stomaver-sorgung ein.

## T

**Telefon** – siehe unter „Anrufen“.

**Telgte** – ist ein reizvoller Wallfahrtsort im Münsterland. In unmittelbarer Nachbarschaft zur kleinen, barocken Wallfahrtskapelle hat sich das Heimathaus Münsterland zu einem populären Museum und Kulturinstitut entwickelt. Vor allem die jährlichen Krippenausstellungen werben für einen Besuch Telgtes. Ein weiteres Bonbon kultureller Art ist das 1996 eröffnete Kornbrennerei-Museum, das lebendiger Zeuge der sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Geschichte der Region ist.



**Therapieplan** – Den Therapieplan finden Sie in Ihrem Zimmer. Er enthält wie ein Stundenplan die Therapieeinheiten der Woche. So wissen auch Ihre Angehörigen auf einen Blick, wann Sie beschäftigt sind und wann Sie Zeit für Besuch haben.

## V

**Verlängerungsanträge** – Wenn nach Einschätzung unserer Ärzte und des gesamten Teams eine Verlängerung der von der Krankenkasse bewilligten Rehabilitationsdauer notwendig ist, stellen wir rechtzeitig die entsprechenden Anträge.



**Visite** – In den regelmäßigen Visiten der Stationsärzte und den wöchentlichen Oberarzt- und Chefarztvisiten wollen wir auch Ihre Fragen zur Erkrankung und weiteren Lebensführung beantworten. Selbstverständlich bieten wir Ihnen und Ihren Angehörigen nach Terminvereinbarung auch individuelle Beratungs- und Gesprächstermine an.

## W

**Wertsachen** – Für Ihre Wertsachen gibt es kleine Schließfächer im Zimmer. Bringen Sie bitte nur so viel wie nötig mit und lassen Sie wertvolle Schmuckstücke besser zu Hause.

## Z

**Zeitungen, Zeitschriften** – Sie können sich Ihre Tageszeitung in die Klinik Maria Frieden nachschicken lassen. Zeitungen und Zeitschriften sind auch am Kiosk und in der Cafeteria erhältlich.

**Zufriedenheit** – Wir möchten, dass Sie zufrieden sind. Bitte äußern Sie sich, wenn Sie sich über etwas ärgern (siehe auch Stichwort „Beschwerden“). Nutzen Sie bitte auch die Gelegenheit, uns über den Patientenfragebogen eine Rückmeldung zu geben.

**Zuzahlung** – siehe Eigenanteil.

## Gut vorbereitet: Checkliste für den Koffer

### Unterlagen für die Aufnahme:

- gültige Versicherungskarte (Privatversicherte)

### Unterlagen für Ärzte und Pflegekräfte:

- Liste über häusliche Medikation
- Herzschrittmacherausweis
- Impfausweis
- Marcumapass
- Allergiepass
- Röntgenpass
- Patientenverfügung
- Ggf. Vorsorgevollmacht/Urkunde über Betreuerbestellung

### Körperpflege- und Toilettenartikel:

- Seife/Duschgel
- Zahnbürste, -pasta, -becher, Mundwasser, ggf. Haftcreme
- Zahnprothese(n), Prothesenbecher, Reinigungsmittel
- Handspiegel
- Haarföhn
- Shampoo, Kamm, Haarbürste
- Nagelschere, -feile
- Individuelle Pflegemittel (z.B. Rasierapparat)
- Hygieneartikel

### Kleidung:

- Schlafanzüge/Nachthemden
- Bequeme Kleidung/Jogginganzug
- Hausschuhe, Straßenschuhe (keine Turnschuhe), (lange) Schuhlöffel
- Strümpfe
- Unterwäsche
- Badeanzug/Badehose, Badeschuhe
- Bei Bedarf: Kleidung für die Entlassung

### Sonstiges:

- Brille/Lupe
- Hörgerät
- Kompressionsstrümpfe
- Wecker/Uhr
- Schreibutensilien, Adress- und Telefonliste
- Bei Bedarf: Bücher, Zeitschriften, Walk- bzw. Discman mit Kopfhörern
- Eigener Rollstuhl/Rollator/Gehhilfe

### Bitte zu Hause lassen:

- Wertvoller Schmuck
- Größere Geldbeträge oder Sparbücher
- Handtücher, Waschlappen



**Klinik für Geriatrische Rehabilitation  
Maria Frieden**

Am Krankenhaus 1, 48291 Telgte  
Tel: 02504 67-0 | Fax: 02504 67-2000  
info@geriatrie-telgte.de  
www.geriatrie-telgte.de